genböck pr

Kurznachrichten: Stimmungsvoller Advent in der Donauregion Oberösterreich | Oberstaufen: Longevity mit Schroth, Yoga und Achtsamkeit

19. Oktober 2026

Wenn der Baumkronenweg zum Sternschnuppenweg wird und im IKUNA Naturresort 350.000 Lichter angeknipst werden, dann ist die Adventszeit in der Donauregion Oberösterreich angebrochen. Jetzt sind an vielen Orten stimmungsvolle Adventsmärkte und Weihnachtserlebnisse zu finden. ++ Longevity liegt voll im Trend. Der Wunsch nach Gesundheit und der Möglichkeit, lange selbstständig leben zu können. In Oberstaufen im Allgäu, das sowohl Heilklima- als auch Wohlfühlort ist, findet man dafür ideale Voraussetzungen.

Adventszeit in der Donauregion Oberösterreich: Waldweihnacht mit neuem Sternschnuppenweg, 350.000 Lichter in der IKUNA Lichterwelt
Wenn der Baumkronenweg zum Sternschnuppenweg wird und im IKUNA Naturresort 350.000 Lichter angeknipst werden, dann ist die Adventszeit in der Donauregion Oberösterreich angebrochen. Jetzt sind an vielen Orten stimmungsvolle Adventsmärkte und Weihnachtserlebnisse zu finden. Zu den funkelndsten Höhepunkten zählt die Waldweinacht in Kopfing: Der Baumkronenweg verwandelt sich zum Sternschnuppenweg mit über 70 Ausstellern. An 17 Veranstaltungstagen (vom 20. November bis 20. Dezember 2026) sind Aperschnalzer, Tanzvorführungen, Hirtenspiele und Jongleure zu erleben, zum Finale der Waldweihnacht kommt auch das Christkind herbeigeflogen. Erstmals in diesem Jahr öffnet die WaldEntdeckerWelt den ganzen Winter über (von Mittwoch bis Sonntag). Abgerundet durch die Waldküche, dem Baumhotel und dem neuen Morgentau Spa steht einem schönen vorweihnachtlichen Urlaub nichts im Wege.
Bereits zum dritten Mal wird das IKUNA Naturresort zur glitzernden Lichterwelt: Vom 20. November 2026 bis 24. Januar 2027 können Besucher einen rund zwei Kilometer langen Lichterpfad mit 350.000 funkelnden Lichtpunkten und -inszenierungen entlangspazieren. Dazu warten das Winterdorf mit Adventsmarkt, Lichter- und Feuershow und ein Eislaufplatz. Wer länger diese Atmosphäre genießen möchte, für den gibt es das „Winterauszeit mit 2+1-Übernachtungspackage“.
Weitere Weihnachtserlebnisse in der Donauregion Oberösterreich sind unter anderem der 27. Krampuslauf in Schärding (7. Dezember), das traditionelle Christbaumschwimmen an der Innlände (19. Dezember), die Adventsausstellung auf Burg Kreuzen (21./22. November), der Musikalische Adventskalender in Grein (1. bis 23. Dezember), der Waldhausener Advent (5., 6. und 8. Dezember) und der Schlossadvent Eferding (5. und 6. Dezember). Der Weihnachtszauber auf der Donau bietet stimmungsvolle Adventsfahrten mit der Nikolausfahrt am 5. Dezember sowie der weihnachtliche Galafahrt am 12. Dezember.

Weitere Informationen unter: www.donauregion.at/donauwinter

Longevity in Oberstaufen: Heilklima, Schrothkur und Retreats für ein gesundes langes Leben

Longevity liegt voll im Trend. Der Wunsch nach Gesundheit und der Möglichkeit, lange selbstständig leben zu können. In Oberstaufen im Allgäu, das sowohl Heilklima- als auch Wohlfühlort ist, gibt es dafür ideale Voraussetzungen. Denn inmitten kraftspendender Natur findet man hier sowohl reichlich Möglichkeiten zur Entschleunigung als auch zahlreiche aktive Naturerlebnisse. Zudem ist Oberstaufen weltweit das einzige Schroth-Heilbad. Die Schrothkur ist quasi ein Longevity-Klassiker und seit mehr als 70 Jahren hier fest verwurzelt. Mit dem Naturheilverfahren nach Johann Schroth wird der Körper entsäuert und entgiftet, die Kur aktiviert Selbstheilungskräfte und regt den Stoffwechsel an. Sie basiert auf vier Säulen: Diät und Ernährung, rhythmischer Wechsel der Trinkmenge, Packungen und Detox sowie Ruhe und Bewegung. Die Schrothkur ist aber nur ein Longevity-Baustein in Oberstaufen. Viele der hervorragenden Wellness-Hotels bauen das Angebot weiter aus. Das Angebot reicht von Detox und Fasten bis zu mehrtägigen Retreats.
Zusätzlich veranstaltet Oberstaufen Tourismus verschiedene Aktionswochen rund um das Thema Gesundheit und Longevity. Noch bis zum 6. November laufen die Vitalwochen, eine Kombination aus Aktivangeboten, Workshops und Fachvorträgen. Die Bandbreite der Themen reicht von Wegen zum erholsamen Schlaf und dem Einfluss der Hormone auf den Körper bis hin zur Erstellung ätherischer Öle und Bitter-Elixiere sowie der natürlichen Heilkraft von Hausmitteln und Wickeln. Im Aquaria Erlebnisbad lassen sich bei entspannenden Atemmeditationen mit Leberwickeln erste Schroth-Erfahrungen machen, des Weiteren werden geführte E-Bike-Touren und Nordic Walking angeboten. Im nächsten Jahr laden die Achtsamkeitstage „BEWUSST SEIN“ (17. bis 20. Juni 2027) ein: Erfahrene Experten führen durch rund 25 Angebote im Zeichen der Elemente – Wasser, Feuer, Erde, Luft. Ein langes Wochenende mit kraftvollen Yoga-Einheiten, Meditationsreisen, Kulinarischem aus der Ayurveda-Lehre und kreativen Workshops von der Kakao-Zeremonie bis zur Kräuterwerkstatt.

Weitere Informationen unter: www.oberstaufen.de/vital

Informationen für Medien:
genböck pr + consult GmbH,
Nina Genböck
Märkisches Ufer 28, 10179 Berlin
Tel.: +49-30-22-48-77-01
nina.genboeck@genboeckpr.de
www.genboeckpr.de

Presseinformation und Bilder stehen unter www.genboeckpr.de im Bereich Presseservice zum Download bereit. Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne jederzeit zur Verfügung.